

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Кафедра медико-биологических дисциплин

**МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ
И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
АДАПТАЦИИ, СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Сборник научных статей
III Всероссийской заочной научно-практической
конференции с международным участием
(29 апреля 2014 г.)

В двух томах

Том 2



Воронеж
Издательско-полиграфический центр
«Научная книга»
2014

УДК 796:61
ББК 75.09
М42

Главные редакторы:

Г. В. Бугаев;

И. Е. Попова

Редакционная коллегия:

О. Н. Савинкова;

И. В. Смольянова

М42 **Медико-биологические** и педагогические основы адаптации, спортивной деятельности и здорового образа жизни [Текст] : сборник научных статей III Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием : в 2 т. / ФГБОУ ВПО ВГИФК ; [под ред. Г. В. Бугаева, И. Е. Поповой]. — Воронеж : Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2014. ISBN 978-5-4446-0397-0
Том 2. — 548 с.
ISBN 978-5-4446-0399-4

Материалы III Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием включают в себя теоретические, исследовательские и экспериментальные данные.

УДК 796:61

ББК 75.09

ISBN 978-5-4446-0399-4 (т. 2)
ISBN 978-5-4446-0397-0

© Издательско-полиграфический центр
«Научная книга», 2014

© ФГБОУ ВПО ВГИФК, 2014

© Коллектив авторов, 2014

АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ИЗМЕРЕНИЯ КАК ОСНОВА СПОРТИВНОГО ОТБОРА В ПЛАВАНИИ

Королевич А. Н.

Полесский государственный университет

Плавание является важным, жизненно необходимым двигательным навыком, а также эффективным средством укрепления здоровья и всестороннего физического развития. Отдавая должное значению педагогических воздействий, следует признать, что в основе физического воспитания и спортивной тренировки все-таки лежат глубокие биологические закономерности. Именно поэтому становится важным основательное изучение морфологических и функциональных особенностей организма пловца, что, в свою очередь, поможет эффективнее использовать средства физического воспитания.

Плавание как научно-педагогическая дисциплина представляет собой область знаний, изучающую законы взаимодействия организма пловца с водой, в которой организуются его двигательные действия. Изучение такого взаимодействия обусловлено необходимостью двигательных навыков, которые позволили бы передвигаться в водной среде наиболее эффективными способами.

В современном спорте, характеризующемся постоянно усиливающейся конкуренцией и непрерывным ростом результатов, особенно важно выявить спортсменов, обладающих необходимыми морфофункциональными данными и синтезом физических, психических и интеллектуальных способностей, находящихся на исключительно высоком уровне развития [3].

С отбором детей для специальной тренировки, целью которой является установление высоких спортивных результатов, непосредственно связано выявление оптимальных темпов индивидуального развития спортсменов, особенно в юношеские годы. Индивидуализация тренировочного процесса в соответствии с особенностями телосложения особенно важна. Ученым и исследователям необходимо выявить максимальные морфологические критерии, ориентируясь на которые тренер мог бы сделать кон-

кретные рекомендации спортсмену. Поэтому существует особая потребность в детальном исследовании пропорций тела пловцов различной квалификации, возраста, пола и специализации [4].

Антропометрия — совокупность методов изучения человека, основанных на измерениях как внешнего и внутреннего строения, так и функциональных признаков. В ней различают соматометрические методы — длина и масса тела, диаметры (окружности) грудной клетки, соматоскопические — состояние опорно-двигательного аппарата и другие (В. С. Рохлов, В. И. Сивоглазов, 1999; Н. Г. Блинова и др., 2000).

При антропометрических исследованиях пользуются измерительными и описательными признаками. Измерительные признаки выражаются в числах, описательные (напр., цвет глаз, форма грудной клетки, живота и т. п.) — устанавливаются при осмотре путем сличения с различными эталонами — таблицами и моделями.

В спортивной практике применение антропометрических исследований обусловлено их наглядностью, информативностью и относительной простотой получения данных. Данные антропометрических измерений используют для ориентации на занятия видом спорта, на выбор спортивной специализации, для прогноза перспективности относительно цели и задач спорта, для контроля за спортсменом и управления тренировочным процессом. Особенности строения тела влияют на уровень проявления двигательных качеств, определяют степень соответствия размеров и форм частей тела биомеханическим характеристикам рационального движения.

В спортивном отборе антропометрические параметры используют в качестве биомеханической модели эффективной двигательной деятельности, как показатели физических способностей и оценки функциональных возможностей, как отражение процессов индивидуального развития в онтогенезе. Особенности телосложения влияют на проявление физической силы и выносливости, скорости и подвижности в суставах. Наблюдения за динамикой роста и физического созревания позволяют разработать типологию индивидуального развития представителей разных видов спорта, без знания которой прогнозирование спортивных результатов будет проблематично.

Особенности строения тела пловцов существенно влияют на уровень проявления целого ряда специфических для них качеств и свойств (положения тела в воде, плавучести, подвижности в суставах и т. д.), в свою очередь способствующих проявлению при передвижении спортсмена в воде скорости и выносливости или ограничивающих их. От особенно-

стей строения тела пловцов зависит и выбор способа плавания. Поэтому попытки оценить спортивные достижения пловца в зависимости от его индивидуальных особенностей в той или иной мере связаны с антропометрическими исследованиями [1].

Характеристики телосложения являются одними из показателей, оказывающих влияние на успех в соревновательной деятельности в плавании. Плавание, является циклическим видом спорта с выполнением работы различной мощности, но по условиям значительно отличается от других спортивных специализаций. Особое значение здесь приобретают и пропорции и форма тела. Идеальным пловцом по морфологическим данным можно считать такого спортсмена, который обладает высоким ростом и большим соотношением длины тела и его поперечных размеров, высокой положительной плавучестью с хорошей устойчивостью тела в горизонтальном положении, с оптимальной, равномерно расположенной жировой прослойкой, которая обеспечивает обтекаемость формы и придает коже амортизирующие свойства [2].

В плавании широко используются следующие антропометрические измерения: длина тела, масса тела, ширина плеч, ширина таза, длина конечностей (рук, ног), мидель, площадь кисти, площадь стопы, жизненная емкость легких, сила мышц, участвующих в гребке, плавучесть и равновесие тела в воде [2].

Антропометрические исследования могут быть однократными и динамическими, т. е. проводимыми через какой-то промежуток времени. Однократно проводимые измерения позволяют установить соответствие строения тела исследуемого требованиям спортивного плавания. Более надежными являются заключения, сделанные на основе многократных, регулярно проводимых исследований, которые позволяют с большей точностью определить индивидуальные особенности развития спортсмена. Данные первичных обследований следует рассматривать как исходные, повторные измерения показателей позволяют увидеть динамику развития отдельных параметров, их звеньев и систем как по ходу онтогенетического развития, так и под влиянием тренировок. Все это помогает более рационально судить об индивидуальных особенностях пловца и на этом основании сделать вывод и его перспективы в спорте [1].

В результате проведенных антропометрических исследований получают большое число прямых показателей и их производных, что позволяет выделить такие разделы исследования пловцов как физическое развитие, тип телосложения, биологическая зрелость.

Физическое развитие спортсменов, занимающихся плаванием, оценивается с учетом пола, возраста, специализации. При этом исследуют, рост, вес, обхват груди, жизненную емкость легких, силу кисти, стантовую силу. Также в оценку физического развития включают данные расчетного разделения массы тела в зависимости от ее компонентов — жировой, костной и мышечной массы.

Тип телосложения пловца оценивают по широкому комплексу показателей. К ним относят тотальные размеры тела, тип и степень развития мускулатуры, пропорции тела, площадь кисти и стопы, качественно-количественные характеристики жировотложения, особенности кожного покрова, развитие аппарата внешнего дыхания, осанку спортсмена и др.

Сведения о биологической зрелости спортсмена важны для оценки данных тестирования и уровня спортивных достижений, моделирования динамики изменения соматических параметров, типа телосложения и соответствующих физиологических показателей, прогнозирования тенденций роста спортивных показателей, перспективного планирования и программирования тренировочного процесса. При определении биологической зрелости спортсмена оценивают наличие всего рассматриваемого комплекса вторичных половых признаков, а также степень соматической зрелости относительно установленного биологического возраста.

Таким образом, антропометрические измерения в плавании проводятся для совершенствования и повышения эффективности тренировочного процесса, оценки спортивных достижений пловца в зависимости от его индивидуальных особенностей. Это достигается за счет качественного отбора, ориентации спортсменов на выбор специализации в плавании и формирования рациональной техники плавания.

Литература

1. Научное обеспечение подготовки пловцов: Педагогические и медико-биологические исследования / Под общ. ред. Т. М. Абсаямова, Т. С. Тимаковой. — М.: Физкультура и спорт, 1983. — 191 с.
2. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (теоретические и практические аспекты) / В. Ю. Давыдов, В. Б. Авдиенко. — Волгоград: ВГАФК, 2012. — 344 с.
3. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
4. Туманян, Г.С., Мартиросов Э. Г. Телосложение и спорт / Г. С. Туманян, Э. Г. Мартиросов. — М.: ФиС, 1976. — 239 с.

СЕКЦИЯ 3

ТРАДИЦИОННЫЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, РЕАБИЛИТАЦИИ И РЕКРЕАЦИИ

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА <i>Акулова А. И.</i>	508
СИСТЕМА ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ПОТРЕБНОСТЕЙ, ИНТЕРЕСОВ И МОТИВОВ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ <i>Акулова Л. Н.</i>	513
ФАКТОРЫ РИСКА ЗДОРОВЬЯ И ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ <i>Антипов В. А., Евсеев С. П., Черкашин Д. В., Антипова Е. В.</i>	516
РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ <i>Аппакова М. Ю.</i>	524
ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ АТЛЕТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ОЛИМПИАДЫ <i>Бегидова Т. П., Акиндинова Е. В., Пушкин С. А.</i>	530
ПОСТРОЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА <i>Бронникова Т. Г., Ковалева Т. И., Желтышева М. Н.</i>	538
ПОСТРОЕНИЕ ИГРОВОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ <i>Бузина Ю. Б., Черных Г. Ю., Карцева Т. В.</i>	544
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ ОСТЕОХОНДРОЗОМ ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА (ОШОП) С СИМПТОМАМИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РАССТРОЙСТВ <i>Гузак А. Ю., Дуло Е. А., Кудык В. Г., Мальцева О. Б., Бабинец Н. И., Пацкун С. М.</i>	551
ОЦЕНКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ АЭРОБНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ <i>Живодеров В. А., Савенко М. А.</i>	557

КОРРЕГИРУЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ	
<i>Животова С. С.</i>	560
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СОЦИАЛИЗИРУЮЩИЙ ФАКТОР УРОВНЯ ЖИЗНИ	
<i>Жигулина Т. С., Олейник А. А., Репина Н. В.</i>	565
КИНЕЗИТЕРАПИЯ В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
<i>Захарова М. Г., Пестрикова И. Г., Русакова Т. И.</i>	569
РАБОТА С БАЗОВЫМИ НАРУШЕНИЯМИ ЛИЧНОСТИ СРЕДСТВАМИ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ	
<i>Зинченко Т. О., Обухова О. И., Обухов А. А., Воробьева Н. В.</i>	572
МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО НАПРАВЛЕННЫХ НА РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ	
<i>Ишанова О. В., Лагуткина И. А.</i>	578
АДАПТАЦИЯ К ДОУ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ	
<i>Калиниченко М. В.</i>	580
ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ ОТКЛОНЕНИЙ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ У ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
<i>Карабут Р. В.</i>	583
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ	
<i>Карабут Р. В.</i>	587
РЕЛАКСАЦИОННЫЙ ТРЕНИНГ КАК СПОСОБ УЛУЧШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ	
<i>Комова С. Ю.</i>	592
ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ЗАНЯТИЙ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ	
<i>Коришонов Д. С.</i>	596
КОНТРОЛЬ ЗА ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ ОРГАНИЗМА МУЖЧИН 50—55 ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АЭРОБНЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ	
<i>Корякина Е. А., Санникова А. С.</i>	599
КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ МУЖЧИН 30—40 ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ	
<i>Корякина Е. А., Санникова А. С.</i>	603

ТЕХНОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ФОРМИРОВАНИЯ РИТМИЧНОСТИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ <i>Максимова С. Ю.</i>	609
КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ — КАК МЕТОД КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ <i>Масликов А. А.</i>	614
МАССАЖ ПРИ ТУННЕЛЬНОМ СИНДРОМЕ ЗАПЯСТЬЯ <i>Масликов А. А.</i>	621
ВНЕДРЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ПЕРВИЧНОЙ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИЕЙ В УСЛОВИЯХ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА <i>Михалюк Е. Л., Малахова С. Н.</i>	625
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ В РГУ ИМЕНИ С. А. ЕСЕНИНА <i>Орлова Л. Т., Киреев С. В.</i>	631
КОРРЕКЦИЯ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ПОСРЕДСТВОМ ПЛАВАНИЯ <i>Павлова И. А.</i>	635
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ <i>Пекшеев В. Д., Скитович И. В.</i>	642
РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ТРАВМ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОРТСМЕНОВ С ПОМОЩЬЮ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА <i>Петров Г. П., Масликов А. А.</i>	648
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО СРЕДСТВА «УПРУГИЕ РЕКУПЕРАТОРЫ ЭНЕРГИИ» В ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ (ДЦП) <i>Петрунина С. В., Хабарова С. М., Кирюхина И. А., Боков Г. В.</i>	652
КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛЮДЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ФУНКЦИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА <i>Петрунина С. В., Хабарова С. М., Кирюхина И. А., Боков Г. В.</i>	654
КОМПЛЕКС ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ДЦП <i>Попова И. Е.</i>	657

МОДЕЛЬ АКТИВНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ ДОУ <i>Пулина Л. Ю., Никулишина Т. Н.</i>	662
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОГРАММНО-НОРМАТИВНОГО И МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ АУДИТОРНОЙ И ВНЕАУДИТОРНОЙ ФОРМ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТКАМИ СМГ <i>Рубцова И. В., Кубышкина Т. В., Козырева Е. А.</i>	666
СОЧЕТАНИЕ АУДИТОРНЫХ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТКАМИ, ИМЕЮЩИМИ ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС <i>Рубцова И. В., Кубышкина Т. В., Козырева Е. А.</i>	672
ИЗУЧЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ <i>Савинкова О. Н.</i>	677
ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ЦЕНТРЫ КОРЫ ПОЛУШАРИЙ БОЛЬШОГО МОЗГА ПОСЛЕ РАДИАЦИОННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ РАЗЛИЧНОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ <i>Сгибнева Н. В., Федоров В. П., Маслов Н. В., Гундарова О. П.</i>	681
АДАПТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ В ПАРУСНОМ СПОРТЕ <i>Седоченко С. В., Седоченко В. И.</i>	689
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ ЛОГОПЕДА <i>Серебрякова С. Н., Степанова О. В.</i>	697
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Симонова И. Н., Казакова О. И.</i>	701
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ <i>Степанова О. В., Серебрякова С. Н.</i>	706
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА КОРРЕКЦИОННО-ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ДОШКОЛЬНИКОВ <i>Судакова Т. П.</i>	710
ОРГАНИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА <i>Тома Д. В., Чернецов В. Н., Григорьева О. Д.</i>	714
МЕТОДЫ И СРЕДСТВА ЛИКВИДАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕФИЦИТА У СТУДЕНТОВ РГУ ИМЕНИ С. А. ЕСЕНИНА <i>Шалыгина С. А., Щеглова Е. В.</i>	719

КОМПЛЕКСНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЖЕНЩИН, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АКВАФИТНЕСОМ <i>Шаравьёва А. В., Шутова Т. Н.</i>	722
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СОТРУДНИКОВ МВД <i>Тютин С. С., Насонов А. Е.</i>	728

СЕКЦИЯ 4

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СПОРТСМЕНОВ <i>Аврамова Т. И.</i>	732
ФЕНОМЕН КУЛЬТУРЫ ТЕЛА В КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКОМ АСПЕКТЕ И ЕГО АКТУАЛЬНОСТЬ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ <i>Анищова Л. К., Пискунова О. В.</i>	734
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ КЕРЛИНГА КАК СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА <i>Баталова Н. Т., Солодилова Н., В.С., Карамова Л. Ф.</i>	739
ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ РАЗБЕГА У ЭЛИТНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ПРЫЖКАХ С ШЕСТОМ <i>Бойченко С. Д., Блажей Зентек, Сыманович П. Г.</i>	745
ПООЩРЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ КАК МЕТОД ФОРМИРОВАНИЯ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ПОДРОСТКА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ <i>Вареников Н. А.</i>	751
ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ БЕЗОПАСНОСТИ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Возисова М. А.</i>	754
ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ <i>Ворон А. В., Иванский В. А., Кузьмицкая Е. А., Кныш О. А.</i>	757
ЗАДАЧИ МЕНЕДЖМЕНТА И МАРКЕТИНГА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ В РОССИИ <i>Вяльцева Е. Д.</i>	764
ОСОБЕННОСТИ СЕНСОМОТОРНЫХ РЕАКЦИЙ ЮНОШЕЙ 14—15 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ УШУ САНЬШОУ <i>Галушкина А. П., Сурина-Марышева Е. Ф.</i>	766

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ПРИКЛАДНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ <i>Гончаренко Ю. В., Масликов А. А.</i>	771
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ В СПОРТЕ <i>Груздев Г. И.</i>	778
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ У СТРЕЛКОВ-ПИСТОЛЕТЧИКОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ <i>Двурекова Е. А.</i>	782
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РОЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ <i>Дзюба А. М., Беланов А. Э.</i>	787
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПАУЭРЛИФТЕРОВ НА ОСНОВЕ БИОРИТМОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА <i>Додонов А. П.</i>	793
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ПРЯМОГО НАПАДАЮЩЕГО УДАРА НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ <i>Дробышева Т. С., Лукьянова И. В.</i>	797
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СИЛЫ МЫШЦ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ <i>Ежова А. В.</i>	801
ВЫЯВЛЕНИЕ КОМПЛЕКСА СРЕДСТВ ОТБОРА НА ОСНОВЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА КОМПЛЕКТОВАНИЯ КОМАНД В ДЕТСКОМ ВОЛЕЙБОЛЕ <i>Елькин Н. В.</i>	806
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Забнина Л. Н., Забнин В. В., Егармина А. А.</i>	814
ПОДХОДЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО АКВАФИТНЕСУ ДЛЯ ЖЕНЩИН 35—45 ЛЕТ <i>Казтинова О. А., Шутова Т. Н.</i>	818
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАОЧНОГО ОБУЧЕНИЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КАДРОВ <i>Клочко Н. В., Колесникова Н. Н.</i>	823
АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ИЗМЕРЕНИЯ КАК ОСНОВА СПОРТИВНОГО ОТБОРА В ПЛАВАНИИ <i>Королевич А. Н.</i>	828

ТОЧНОСТЬ СЛУХОВОГО ВОСПРИЯТИЯ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ В ГОЛЬФЕ <i>Корольков А. Н.</i>	832
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫЕ НАВЫКИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ <i>Крестинина Л. В., Богачева Е. В., Кочукова М. В.</i>	838
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ВО ВНЕУРОЧНЫХ ФОРМАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ <i>Макаренко Т. М.</i>	841
ИНТЕГРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ В ПРОЦЕСС ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ КЛАССОВ <i>Мельникова Л. В., Мокрушина И. А.</i>	845
СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ПРОВЕДЕНИЕ И ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК У СПОРТСМЕНОВ КОНТАКТНЫХ ЕДИНОБОРСТВ <i>Михалюк Е. Л., Малахова С. Н.</i>	852
ПАРАМЕТРЫ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК НА ЗАНЯТИЯХ КООРДИНАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ВОЕННОЙ СФЕРЫ <i>Михута И. Ю., Васюк В. Е.</i>	856
ВИДЫ ПОДГОТОВКИ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ <i>Насонов А. Е., Тютин С. С.</i>	863
ИНСТИТУЦИОНАЛИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ РОССИЙСКИХ ВУЗАХ <i>Ницина О. А.</i>	867
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ ПРИ РЕШЕНИИ МАТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАДАЧ СТУДЕНТАМИ ВУЗОВ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ <i>Остапенко А. И., Остапенко Р. И.</i>	870
ИЗМЕНЕНИЕ СОМАТИЧЕСКИХ И СОМАТОТИПОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТУДЕНТОВ ВГЛТА ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАДМИНТОНОМ ЗА 10 ЛЕТ <i>Парфенов М. В., Сикорская Г. М.</i>	877
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА — ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ БОЕВОЙ ВЫУЧКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ <i>Пекшеев В. Д., Левченко А. В.</i>	880
ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ <i>Петров Г. П., Каратеев Ю. Л., Пекшеев В. Д.</i>	886

ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА ДЛЯ РАЗВИТИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКИХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Подскребышева Н. П., Коник А. А. 892

ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ИНТЕРАКТИВНОЙ
ТРЕНИРОВКИ

Полевищikov М. М., Афоньшин В. Е., Роженцов В. В. 897

ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ У ФУТБОЛИСТОВ
В ЛАБОРАТОРНЫХ И ПОЛЕВЫХ УСЛОИЯХ

Рымашевский Г. А., Шукан В. И., Лукин Ю. К. 904

ОПРЕДЕЛЕНИЕ МОТОРНОЙ ПЛОТНОСТИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ
ЗАНЯТИЙ В СДЮСШОР ПО ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ

Сабирова И. А., Ломакин А. А. 908

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ В ФИТНЕСЕ

Садовникова В. В. 911

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРИРОДЫ УТОМЛЕНИЯ В СТРЕЛКОВОМ
СПОРТЕ

Семенов Е. Н., Сабирова И. А. 915

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ЮНЫХ
ФУТБОЛИСТОВ

Семенов Е. Н., Макаров В. С., Козлов Я. Е., Антонов А. О. 920

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИТНЕС-ЙОГИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ
У СТУДЕНТОВ

Слободняк Е. Н., Баранов О. Б. 925

ЭКОНОМИЧНАЯ, СБАЛАНСИРОВАННАЯ ПОСАДКА КОНЬКОБЕЖЦА —
РЕЗЕРВ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СКОРОСТНОГО БЕГА НА
КОНЬКАХ

Стафеев А. А. 930

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ 9—14 ЛЕТ

Суханова Е. В., Годунова Н. И., Олейник Ю. В. 932

ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ
В БАСКЕТБОЛЕ

Суханова Е. В., Сысоев А. В., Буйлова Л. А. 939

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ЛЕСНОГО ХОЗЯЙСТВА

Сушкова А. В., Кузнецов И. В., Григорьева И. В. 944

ИННОВАЦИОННОЕ МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЦЕССА
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ТЕХНИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

Сыманович П. Г., Ермилов В. В., Нежинец И. С., Бойченко С. Д. 948

СУЩНОСТЬ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ЕЕ ЗНАЧЕНИЕ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОК <i>Сысоев А. В., Суханова Е. В., Годунова Н. И.</i>	952
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОРФОЛОГИЧЕСКИХ И КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КУРСАНТОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ <i>Толстых С. К.</i>	959
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ <i>Толстых С. К.</i>	965
РОЛЬ МАТУРОНАТНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ СУСТАВНОГО ПРОПРИОРЕЦЕПТОРНОГО АППАРАТА <i>Федоров В. П., Пахунова Л. В.</i>	968
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ВАЖНЫЙ КОМПОНЕНТ СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЫ ДОПРИЗЫВНОЙ ПОДГОТОВКИ РОССИИ <i>Филоненко Л. В., Торкунова О. И.</i>	976
СОМАТИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА БАСКЕТБОЛИСТОВ ВГИФК <i>Хаитов Б. К., Воронин И. Ю.</i>	982
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГР С ЭЛЕМЕНТАМИ КАЛМЫЦКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЫ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ ИМЕЮЩИХ НИЗКИЙ УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ <i>Цандыков В. Э.</i>	988
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА <i>Черных Е. А., Лавлинская Т. А.</i>	992
ВОСПИТАНИЕ ИНТЕРЕСА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ <i>Чиликин Н. И., Григорьев В. А.</i>	997
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ГУМАНИТАРНЫХ ВУЗАХ <i>Чистякова Е. В.</i>	999
АКТИВИЗАЦИЯ ВНЕУЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ <i>Шарапова В. В., Солодилова Н. В., Карамова Л. Ф.</i>	1001
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВКОВ <i>Шебеитин А. О., Шебеитин О. Э., Милосердов Д. И.</i>	1009
ОСОБЕННОСТИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ <i>Шевчук А. А., Шебеитин О. Э., Скитович И. В.</i>	1016

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
ГАНДБОЛИСТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ

Шиловских К. В., Соловейченко Е. Г. 1024

ИЗУЧЕНИЕ КОНФЛИКТНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ, ВОЗНИКАЮЩИХ
В ПРОЦЕССЕ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ
ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Щеглова Е. В., Шалыгина С. А., Круглова А. Ю. 1028

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК СРЕДСТВО
ФОРМИРОВАНИЯ У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ 10—12 ЛЕТ
ПОТРЕБНОСТНО-МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ НА СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ
ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Щеколдина В. М., Дробышева Т. С., Лукьянова И. В. 1034